



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG

87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 0 800 / 95 95 100*

Telefax 0 800 / 95 95 111*

*) gebührenfrei aus dem Festnetz

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Suppe
- 2 große gelbe Paprika
- 300 g Rhabarber
- 1 große Zwiebel
- 1 EL Limettensaft
- Zucker
- Salz
- 100 g Schmand, 20 % Fett
- 4 Radieschen
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 45 Minuten

Nährwerte pro Portion:

16,2 g Fett 10,9 g Kohlenhydrate 4,9 g Eiweiß 7,8 g Ballaststoffe
210 kcal Brennwert

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber: 2 gelbe Paprika vierteln und von Strunk und Kernen befreien. Die Paprikaviertel in feine Streifen schneiden. 300 g Rhabarber putzen und bis auf eine Stange, alle in 2 cm große Stücke schneiden. Die übrige Stange in etwa 1 cm dicke Stücke schneiden und für die Einlage beiseite stellen. 1 große Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

2 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra in einem großen Topf erwärmen. Die Paprikastreifen, Rhabarberstücke und Zwiebelstreifen in den Topf geben und andünsten. Mit 800 ml klarer Brühe aus GEFRO Suppe ablöschen und etwa 15 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen. Die Suppe mit dem Küchenstab fein pürieren. Mit 1 EL Limettensaft, einer Prise Zucker und etwas Salz abschmecken. 100 g Schmand unterrühren. Die übrigen Rhabarberstücke in die Suppe geben, nochmals aufkochen und etwa 5 Minuten bei minimaler Hitze ziehen lassen.

In der Zwischenzeit 4 Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Die Suppe in Tellern anrichten und mit den Radieschenscheiben und 2 EL fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.